

## Yoga 60+ -NEU-

Yoga 60+ -NEU-

Sind Sie über 60? Kein Problem! Auch in diesem Alter ist Yoga einfach wundervoll. Sehr oft lässt die Koordinationsfähigkeit und vor allem der Gleichgewichtssinn mit fortgeschrittenem Alter nach. Diesem wirken Sie unter fachkundiger Anleitung in diesem Kurs entgegen. Sanfte und auch kräftigende Übungen sind ebenso enthalten, wie Übungen für die Gelenke. Bitte bequeme Kleidung, Matte und/oder eine Decke und ggf. Kissen mitbringen.

Dozent(en):	Kleemann, Simone
Veranstaltungsort:	Braunfels-Bonbaden, Alemannenstraße 11
Veranstaltungstag(e):	Montag
Zeitraum:	Mo. 18.03.2019 - Mo. 03.06.2019
Dauer:	10 Termine
Gebühren:	88,85 € (66,68 € ab 8 Teilnehmern)
Mindestteilnehmer:	6
Teilnehmer maximal:	8

Einzeltermine		
18.03.2019	15:30 - 16:45 Uhr	Braunfels-Bonbaden, Alemannenstraße 11
25.03.2019	15:30 - 16:45 Uhr	Braunfels-Bonbaden, Alemannenstraße 11
01.04.2019	15:30 - 16:45 Uhr	Braunfels-Bonbaden, Alemannenstraße 11
08.04.2019	15:30 - 16:45 Uhr	Braunfels-Bonbaden, Alemannenstraße 11
29.04.2019	15:30 - 16:45 Uhr	Braunfels-Bonbaden, Alemannenstraße 11
06.05.2019	15:30 - 16:45 Uhr	Braunfels-Bonbaden, Alemannenstraße 11
13.05.2019	15:30 - 16:45 Uhr	Braunfels-Bonbaden, Alemannenstraße 11
20.05.2019	15:30 - 16:45 Uhr	Braunfels-Bonbaden, Alemannenstraße 11
27.05.2019	15:30 - 16:45 Uhr	Braunfels-Bonbaden, Alemannenstraße 11
03.06.2019	15:30 - 16:45 Uhr	Braunfels-Bonbaden, Alemannenstraße 11